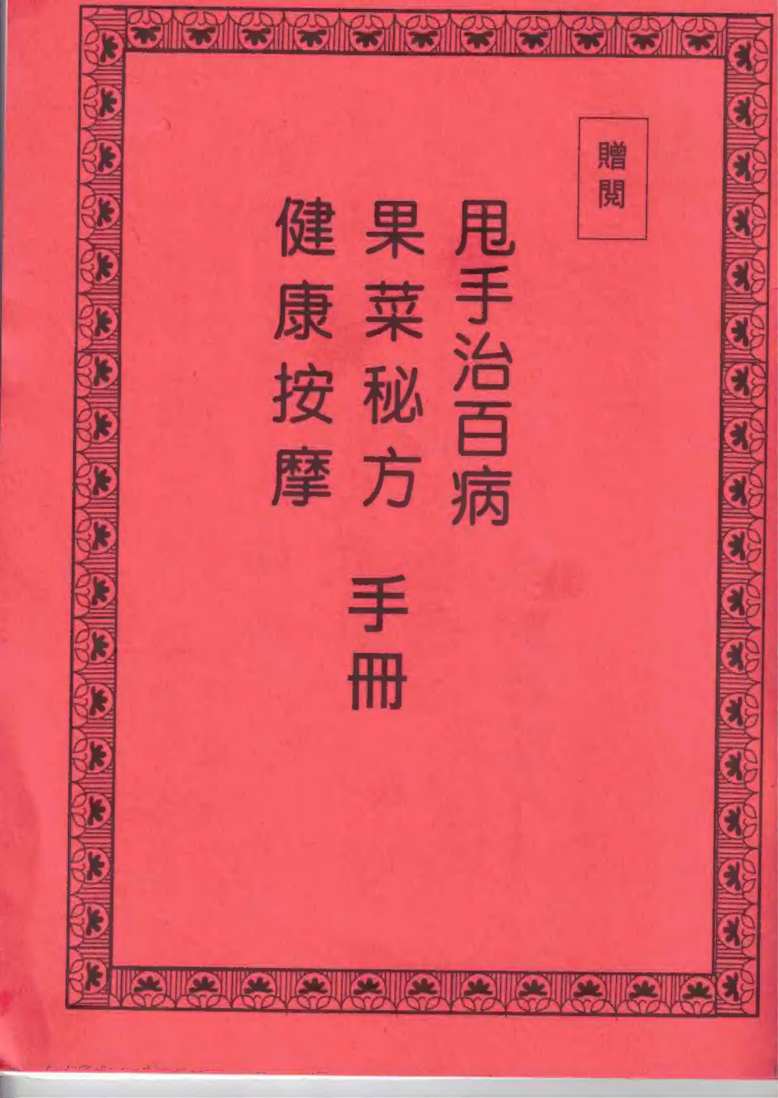


贈閱

甩手治百病
果菜秘方
健康按摩
手冊

助印善書，是佈施；
佈施，能生歡喜心；
歡喜心，能生慈悲心；
慈悲心，助我們修行！

此手冊分三部份，贈送有緣人閱後分贈他人（或助印）功德無量

甩手治癌

一、甩手療法實踐

甩手療法是從香港傳來的。此方法很好。對心臟病也有很好療效，不妨一試。但貴在堅持。它有充分的理論根據。甩手時，要身體站直，腳伸直，腳趾用力抓住地下，兩腳距離等於肩寬，兩臂同方向前後搖甩，向後用點氣力，向前不用力，由隨力自行

擺回，兩臂伸直不宜彎，眼睛向前看，心中不懷邪念。只默默數目，開始由二三百起，逐漸做到每次一千多至二千多次，約半點鐘（或默念「南無阿彌陀佛」六字亦可助心靜）

二、甩手療法簡介

甩手運動是一項十分有益的健身運動。近來參加鍛鍊的人越來越多，很多不治之症都一甩而癒，效果驚人，而又不甚相信。甩手學會易，效果快，所有慢性病大多可以治癒，不論什麼病，並不是固定不變的，關鍵在於勤習。

三、甩手的作用

甩手原名「達摩易筋經」，有十二卷，名氣很響，很多書提到它，但早已失傳，現在發掘出來，是中醫最可貴的民族文化遺

產之一，可惜暫不易爲很多人所了解。

四、甩手特點

「上虛下實」動作柔和，精神集中，兩手搖動。這樣可以改變體質上盛下虛的狀態，使下部堅固，上身輕鬆，疾病自去。

五、甩手十六訣

上宜虛、下宜實、頭宜懸、口宜隨、胸宜絮、背宜拔、腰宜軸、臂宜搖、肘宜沉、腕宜重、手宜划、腹宜質、跨宜鬆、肛宜提、跟宜穩、趾宜抓。

六、反應問題

針灸推拿有反應，甩手更有反應。反應就是氣血在起變化，

反應規律是胸腹鬆了，腳生熱了，四肢末梢原來血液不足地方走到了，三焦打通了，打呃、放屁、酸痳、冷熱、蟲爬蠕動等等。病區反應都是正常的，有益的，只要不斷勤習，堅持有恒，對改善體質，是毫無問題的。

七、甩手何能治癌

人體內的主要矛盾是什麼？中醫認爲是「氣血」，「氣血」有了問題，百病叢生，從量變到質衰，反之，「氣血」通暢，百病自去。根據這一原理，甩手能根本改變氣血，改造體質，抓住了主要矛盾，一切矛盾就迎刃而解了。

八、用手治癌

△每天上午甩二〇〇〇次，下午甩二〇〇〇次，晚上甩二〇

○○次，不間斷地甩五個月可消除肺癌。

△患關節炎，大便後流血，同時患食道癌，甩手後兩種病見好，食道癌也可逐步消除，情況改善。

△頸部生淋巴癌……每日甩手一○○○次，便可胃口大增，淋巴癌逐漸消失。

△甩手幾個月，可治癒半身不遂及肺癌。

癌到底是什麼？癌與瘤都是氣血的結聚，經絡阻塞不通的結果也是應吐的「故」。由於血液流轉緩慢，質量、淋巴、粘液、胞汁等等變化，由於血液動力功能不足，熱量不足，就排不出去，消不脫，甩手後胃口開，新血增，肩胛勁，上部負擔「僵硬」解除，腹部橫隔膜，因甩手而升降活躍，使腸胃間韌氣發生，腎間動氣有興奮與抑制作用。到了血液產生熱量，有利於吐故納新、補氣益血。

九、甩手治肝癌

如果是肝硬化晚期腹水也能治，發炎腫大是不談了，爲什麼？這是一個氣血問題，肝病不適是氣肌不舒，有積水，不能排出，當然難過，影響胃、脾、膽等，而甩手來講是能解決問題，一用馬上打呃、放屁，好的很，中醫理論是三焦通了，新陳代謝改變。

硬化了，是死了，還能改變嗎？硬化是質量，機能萎靡不振是事實，但還有矛盾，主要氣血動力不足，甩手一張一馳，使氣血活躍，一面開胃增新血，及通竅，毛孔開，肝就從停滯狀態逐步新生。沒有硬，也沒有塊，硬變輭，輭變硬都是有變化的，甩手的貢獻是能使「硬化」肝產生新生作用而變軟，是中醫的一個傑出的創造發明。

十、甩手治眼病

△患高血壓影響了眼睛，經過甩手後，血壓回復正常，眼鏡也可不用。

△患白內障者，日甩兩次，早甩八〇〇次，晚甩一〇〇〇次，四週以後可看見東西。

△眼睛有沙眼、有色盲，眼皮上生小瘤。甩手後體質增強，體重增加，眼睛也沒有毛病。

甩手對眼睛有利是一個普遍規律，有的戴三五百度眼鏡的，甩手後不戴了。有的看書，看報很吃力，看不清，甩手後看得清了，為什麼內經中說日受血而能視，這是一個血的問題。氣血走不到當然引起各種病變。

甩手後普遍規律是：能走路、能睡覺，證明新陳代謝起了變

化。

十一、甩手治半身不遂

「半身不遂」，中風，高血壓、關節炎往往在一起，這個就是身體內部氣血不平衡，影響流轉分佈，使經絡、肌肉、骨節起了變化。

特點是兩邊脈不一樣，一邊高（多），一邊低（少），有的每分鐘相差二十跳，十跳，而往往一邊手脚就有酸病、麻木的反應，實質上，上下往往也有問題，上而充血，下而血氣走不到。

甩手對這個病有特效，爲什麼？甩手不獨能治，而且還可以防止中風的前兆，是兩邊血流有矛盾，因此脈裏反映出來不平衡，上下不平衡……。

中醫爲「脈從跟脚起」的講法……甩手之所以有作用，在於

甩手後脈有變化，脈代表五臟六腑。

半身不遂是頭重腳輕即上實下虛。

十二、甩手歌

①用腳踏實肩下沉，上三下七有恒心，能去頭重腳輕病，精力充沛體輕鬆。

②甩手治病的原因，勝似推拿與金針，氣血不通起百病，氣和心平病難侵。

十三、甩手與脈的變化

按脈是中醫一大發明，古代醫學家對脈理作了很精細的工作，有輝煌成就，從脈的變化中可以了解五臟六腑的變化，體質的強弱。甩手之所以能治病，關鍵在於能改造體質，既然能改造體

質，當然也從脈理反映出來…。

①心臟病、高血壓，一般脈浮高，太快，血壓提高，跳得越快。因此，心臟病與高血壓是密切聯系的，正常的脈是六〇至八〇匀長有力而深。心臟病、年老體弱的脈低是六〇而微弱，低血壓脈散弱。

②神經病，精神分裂症，腎臟病，一般脈快而滑、浮，中醫叫心腎不交，心跳能慢，病也能治。

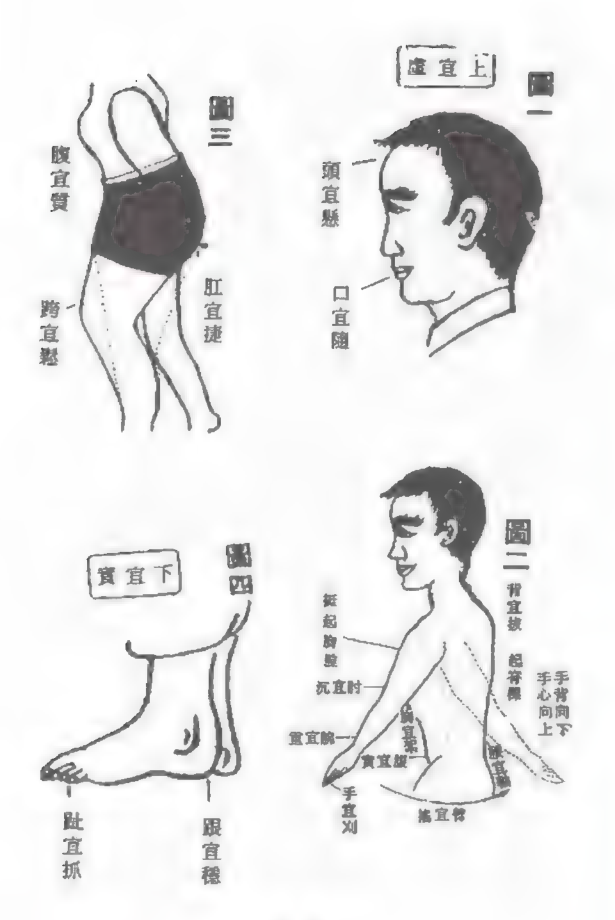
③血液病，淋巴病，一般脈慢弱，有的按之不動，有的左右不一樣，兩邊脈的矛盾，血流也有矛盾。

④半身不遂，中風的人往往脈兩邊不一樣，有相差每分鐘二〇跳，與關節有關，一邊不通，一面壓力增加。

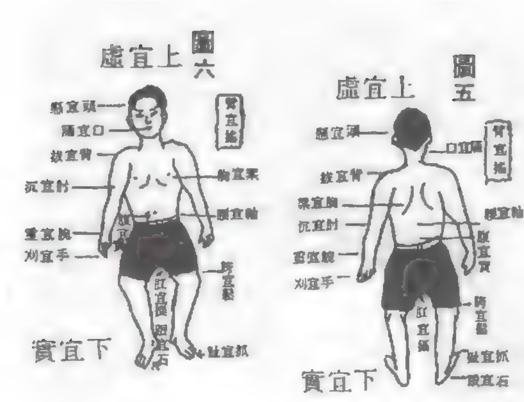
十四、甩手之後能改變，為什麼？

脈太快的病是血不能控制氣，氣就損失，是血分的不足。甩手能夠補血，就有控制氣的作用。何處來補，從按摩腸胃等處增加運動，對於吸收營養上去補。脈跳太慢的，是血流轉有阻礙和血量不足，甩手後四肢在運動牽動背、胸、腹，阻礙打通了，淤血趕走了，當然脚也正常了。脈的改變是經路的改變，怎樣改變？脈從脚跟起，甩手重心在脈，脚用勁，如老樹生根和打柱一樣打下去，使脚裏的氣血起了按摩作用。因此通達全身，肌肉、皮膚、骨節、通通都不難改變。「上三下七」上虛下實，而更加明確地規定虛實的程度和用勁的比例。

上面三面，下面七分，手裡三分，脚裡七分，出手三分是虛，回手（下來）七分是實。



虛宜上
圖一
頭宜懸
口宜隨
圖三
腹宜實
跨宜鬆
肛宜捷
圖二
背宜拔
起脊樑
手背向下
手心向上
挺起胸膛
實宜下
圖四
趾宜抓
跟宜穩


圖六
虛宜上
懸宜頭
閉宜口
拔宜背
沉宜肘
實宜下
圖五
虛宜上
實宜下


方法


南無
音

C調 2/4　　**觀音靈感歌**

| 5 1 | 2 5 4 2 | 1 — | 1̇ 2̇ 1̇ 6 | 5 — |

南 無 觀世音菩 薩 大發慈悲 心

| 4·2 4.6 | 5 — | 1̇ 6 5 | 4 6 5 | 2 5 4 2 |

功行海洋 深 駕慈 航 渡迷 津 度化有緣

| 1 — | 2 2 2 6 | 5 — | 21 6̣ 5̣ 6̣ | 1· — |

人 十四種無 畏 三十二化 身

| 5 5 6 1̇ | 3 — | 5 3 2 5 | 1 — | 1 2 4 4 |

千手及千 眼 降伏眾魔 軍 大慈大悲

| 2 4 2 1 | 6̣ 1 2 4 | 1 — | 1̇ 2̇ 1̇ 6 | 5 — |

救苦救難 靈感觀世 音 蓮座湧慈 雲

| 4 2 4 6 | 5 — | 1 6̇ 5 | 4 6 5 | 2 5 4 2 |

隨處現金 身 楊枝 水 灑凡 塵 甘露潤群

| — | 2 2 2 6 | 5 — | 21 6̣ 5̣ 6̣ | 1 — |

生 朝念觀世 音 暮念觀世 音

| 5 5 6 1̇ | 3 — | 5 3 2 5 | 1 — | 1 2 4 4 |

念念從心 起 念佛不離 心 永離八難

| 2 4 2 1 | 6̣ 1 2 4 | 1 — ||

一切災殃 苦厄化為 塵

瑤池金母青菓藥方

一、葡　萄：可治十種病，上午十一點吃下十粒可治頭痛、頭暈、眼部疲勞欲睡、偏頭痛、流鼻水，下午四點吃下一團可治清血、補血、補氣、恢復疲勞。

二、龍　眼：可治很多病，上午十一點吃十粒可治頭昏腦漲，中午飯後二十粒治用腦過度、眼睛疲勞、鼻塞、流鼻水、近視、四肢無力，下午四點吃三十粒治貧血，下午七點吃四十粒可治嚴重貧血（渣不可吞下，渣過多能傷胃）下午十點吃五十粒治嚴重近視（渣不可吞下），吃後一定要上床安眠才能收效。

三、荔　枝：上午十點吃十粒可補氣、通血、補血、清血、頭重眼部疲勞、中午飯後十二點半吃八粒可治流鼻水、鼻塞、下

午四點吃下八粒可治高血壓、下午五點吃下八粒可治四肢無力、下午八點吃下八粒可恢復一天之疲勞。

四、蘋　果：治肝火、胃火、大腸火，此三種病治法在上午十點吃下治肝火，下午二點治胃火，下午五點治大腸火，蘋果出產在寒帶，本質是涼性，故而可治火氣。

五、西　瓜：治夏天感冒，上午之時不可吃，運動家沒此分，中午飯後吃下一小塊西瓜可治傷風感冒，下午二點吃下一小塊西瓜沾甘草粉可治喉痛、下午四點吃下一小塊西瓜沾蜂蜜可治高血壓（小孩不可吃此方）、下午五點吃下一小塊西瓜沾白糖可治清血、下午八點吃下一小塊沾鹽可治消化不良、下午十點吃一小塊西瓜沾甘草粉可治牙痛喉痛。

六、木　瓜：治多種病，上午八點吃下四分之一片木瓜治胃腸炎、九點吃下二分之一片木瓜治清血、十點吃下二分之一片木

瓜治肝火、十一點吃下二分之一片木瓜治喉部乾燥、下午一點吃四分之一片木瓜沾甘草粉治消化不良、下午二點吃四分之一片治口臭、下午三點吃二分之一片木瓜治大腸火、下午二點吃下四分之一片木瓜沾蜂蜜治高血壓、下午五點吃下二分之一片木瓜治糖尿病、下午七點吃下恢復疲勞、下午八點吃下四分之一片木瓜治清血、下午九點吃下二分之一片木瓜沾白糖治肝火、下午十點吃下二分之一片沾鹽治喉痛。

七、青木瓜：削皮榨汁加蜜一天吃一次（一個）。連吃三天胃下垂特效。

八、楊　桃：治咳嗽，初夏吃楊桃要注意，下雨天不可吃，天氣較熱時要沾白糖，變涼時要沾鹽，不熱不冷時不能沾任何物品。

九、桃　子：含有多種維他命，夏天如果每天睡前吃下一粒可恢復一天之疲勞。

附錄中藥秘方

一、洗目仙法

從前山西太原府姓清七十歲，雙目失明，看不見十九年，偶晤一異人，傳授此方，用青皮五錢，卜硝五錢，煎水二碗，洗之，無不應驗，每月每日洗三次，辰午酉時，各洗一次，正月初三日、二月初一日、三月初三日、四月初九日、五月初五日、六月初六日、七月初三日、八月二十五日、九月十二日、十月十三日、十一月十四日、十二月初九日、無論男女老幼，花目翳障，風火虛眼，一切眼痛，洗之即癒，此方洗好萬餘人，河西南昌府，張延之雙目不明，虔心齋戒，依期洗之，一年復明。南昌廣福庵僧人，雙目不明八年，依期洗之，一年痊癒，此方千金不傳，如

敢隱藏，不傳人者，全家遭殃、損壽。傳知與人，不可受財，不可貪心，虔誠抄送，福壽雙全，如有貪心隱藏不傳者，惡果報應，如有善男信女，誠心印送，更加功德無量，子孫興旺，百事如意，出入平安。

二、治癌症秘方

(1) 主治各癌症，根據服方結果，已服治癒腸癌、肝癌、子宮癌、乳癌、胃癌等，其中除乳癌較差外，其他癌症服之都很好，特別是腸癌，只服四五小時，即起異常效果。

(2) 服法：到中藥店購，半枝蓮一兩，白花蛇草二兩，共爲一劑，用水十五碗煎至六小時，日夜當茶飲，平時每一月之中，一次服食，因該藥方對臟腑之熱毒及生痔瘡、痾血熱咳等症，服後都很效驗。本港曾有數位人士服癒，半枝蓮係涼無毒，是排污草藥，服後不能飲開水，因恐其藥汁沖淡藥之效能。如果癌症生

花，即是表面看見爛的，可將剛生長的鮮草藥椿爛，取渣敷於癌症外，取汁用水燒熱當茶飲，這藥方不分男女老幼，癒後還得用三至四個月，方能徹底全癒，服後大小便常有膿血排出，如果反應，清除後即好。

三、治糖尿症聖藥

粟米一錢，正淮山，三錢北耆三錢，水二碗煎存一碗半，另加豬脺二條，要去油，敷成八分服，（豬脺粵語即豬橫脺，閩語即豬呎或腰呎）

四、老人小便不通驗方

乳茯苓三錢，百節草三錢，當歸五錢，榆白皮三錢，白檀香三錢，酒黃柏三錢，琥珀錢半，以上用水二碗煎成八分，渣同煎服，一日一服。

治頭痛奇方（一日一服）

天麻、川芎、細辛、白芷各兩錢，用豬腦一付一碗半水燉半小時，湯喝掉後（第一次早晨空腹用，第二次用一碗開水燉十分鐘晚上服用）。

五、眼睛發炎、眼痛、角膜炎驗方

藥方：葡萄汁（罐頭裝的）。

用法：上午十點服一小碗。

晚上十點服一小碗。連續服用三天，其效神奇。

六、耳痛、耳鳴藥方

藥方：甘蔗兩尺多長，選在甘蔗中部那段效力比較強，沾些甘草粉。

時間：上午十一點吃下。

七、小姐臉上青春痘之治療法

病因：青春痘起因很多，有的是血液循環不正常所引起，有的是蛋白質過剩所造成，有的是肝火上升所得來。

藥方：檸檬皮一個、葡萄干二十粒、甘蔗一尺多長，可切斷分成

四片、甘草十片，四者一同下鍋，放下四碗水煎至一碗左右。

時間：中午一點左右服用。連續服用三天，三天以後可能漸漸消除痘子，而且沒有痘痕。

扁桃腺炎秘方（秘方有三種，任由選用）

(1)藥方：李子五粒，每粒切成數片，放在碗中加蜂蜜，十分鐘後可服用。

時間：中午一點，此時吃下功效神奇。

(2)藥方：桃子一粒切成數片，放在碗中，加些蜂蜜，二十分鐘後可取用。

時間：中午一點服用，此方功效奇特。

注意：三十歲以下不可用此方。

(3)藥方：西瓜切成小塊放在大碗之中，加些蜂蜜，三十分鐘以後取用。

時間：中午一點吃下，一服見效。

注意：此方六十歲以上不可用。

口臭、口內發炎、破裂驗方

藥方：甘草三十片、蘋果一個切成四片、香菜二十棵，下鍋放下二碗半水煎至一碗左右，加些蜂蜜服用，其效果甚佳。

注意：待藥方溫後，才可加蜂蜜，否則無效。

四季之病痛

※春季之病痛

冬天過後，賽風漸漸消失，春風吹來，寒暖不定，天氣隨時轉變，世人工作勞累，缺少充份休息，容易產生疾病。

一、治療流鼻涕、咽喉痛、頭重、骨頭酸良方。（藥方有二種，任由選用）

(1)藥方：　馬鈴薯切片煮白水，不可加鹽與糖，以防破壞成分

，滾後十分鐘喝湯就好，飯後比較有效。

(2)菠菜（菠龍菜）半斤，不可切斷，洗淨後下鍋放三碗水，滾後十分鐘就可喝，不可加任何東西，飯前喝才有效。

二、治療打噴嚏、流眼淚、筋骨酸痛、頭痛、頸部酸痛、背部酸良方：

藥方：甘蔗（紅皮甘蔗）不削皮，洗淨切片下鍋煮，加水煮滾十分鐘後就可喝，飯前喝較有效。

三、治療手腳酸軟、四肢無力、眼睛酸、背骨酸軟、口內苦澀良方：

藥方：芋頭切絲，與麵粉、糖拌攪後，下鍋用花生油炸，然後食用。

四、治療頭痛難忍、四肢無力、呼吸困難、心臟無力、高血壓良

方。（藥方有二種，任由選用）

藥方：(1)蕃石榴八個切片（硬的比較有效），下鍋煮三碗水，煮滾十分鐘就可喝，飯前才有效。

(2)新鮮金針菜半斤，四碗水煮十分鐘就可喝，飯後喝比較有效。

五、治療頭痛難忍、腳酸難忍、心跳得厲害、眼睛發癢、高血壓良方。（藥方有二種，任由選用）

藥方：(1)甘草一兩（中藥房買就可），以三碗水用文火煮二十分鐘，（水份才不致乾掉）一次喝半碗，每三點鐘喝一次，喝三次就有如妙藥回春。

(2)人參三錢，水兩碗，用文火煮二十分鐘就可喝，一次喝半碗，每三點鐘喝一次，喝兩次後就好。

※夏季之病痛

春天過後，天氣變化無常，最容易感冒，這時感冒之方很多，只是世人不知採用。

一、初夏（陽曆四月中旬）感冒、流鼻涕、打噴嚏、頭暈骨酸、四肢無力、咽喉痛、鼻炎、偏頭痛、消化不良之秘方：（藥方有七種，任由選用）

藥方：(1)楊桃兩個，不可加任何東西，一次吃一個，吃兩個就好。

(2)小西瓜一個，一次吃半個，吃兩次就好。

(3)李子一次吃四個，吃兩次就好。

(4)香蕉一次吃一根，吃兩次或五次都可以（有胃病者不可以吃）。

(5)葡萄一次吃十粒，吃兩次就好。

(6)菊花一兩，加兩碗水，煮滾十分鐘就可喝，喝兩次

就好

(7)豆腐一塊，加一些糖，不可煮，五分鐘後才可吃，這也是世人不知採用，其功效很神奇。

二、五月天氣漸炎熱，炎熱之時吹電扇，扇風夜晚吹不停，炎熱之時多流汗，被風吹進毛孔內，孔內溫血受涼侵，侵入皮下積病因，感冒成病眞正苦，華陀知情降秘方。（藥方有六種，任由選用）

藥方：(1)西瓜八兩，削皮去子，壓汁後過濾，甘草粉四錢，摻下西瓜汁，一服見效。

(2)蕃藷葉八兩、甘蔗八兩，兩者壓汁攪拌，一服見效。

(3)蕃薯八兩、檸檬一個，壓汁混合喝，一服見效。

(4)紅甘蔗（不可去皮）一斤，切段、菠菜四兩，兩者一齊下鍋，六碗水，煮滾二十分鐘就可喝，一服見

效。

(5)結頭菜一個切片、西瓜四兩，削皮去子，壓汁，掺入結頭菜片中，半點鐘後可吃，功效神奇。

(6)蕃石榴九個（成熟軟的），加葡萄九個，合下壓汁喝，功效如神。

三、六月天氣易中暑，有人感冒未好又中暑，此病最痛苦，所用之方眞便宜。（藥方有六種，任由選用）

藥方：(1)人參三錢、新鮮冬瓜五兩、兩碗水，下鍋滾十五分鐘就可喝。

(2)冬瓜三兩、冰糖三錢、水三碗，下鍋煮湯，滾後十分鐘可喝，功效神奇。

(3)木瓜一個、冬瓜三兩、香瓜（梨仔瓜）一個，壓汁喝，功效最神奇。

(4)西瓜、冬瓜、香瓜，各一個，去子，壓汁喝，一服見效。

(5)木耳一兩、川芎三錢、人參二錢、水五碗，下鍋滾三十分鐘，服用見效。（此方四十歲以上的人才可服用）

(6)香蕉皮一枚、蕃石榴兩個、水一碗，下鍋滾十分鐘，功效神奇。（蕃石榴不可切開）

※秋季之病痛

一、七月天氣暑氣漸消，這時感冒很多，多是夜晚炎熱，清晨轉涼，是感冒之因，這時感冒秘方比較少。（藥方有二種，任由選用）

藥方：(1)未成熟的楊桃五個壓汁、人參粉一錢，一次服完，功效神速。

※冬季之病痛

一、十月裡天氣漸寒冷，寒冷之際忽變炎熱，此時感冒有良方。

（藥方有二種，任由選用）

藥方：⑴人參二錢、川芎三錢、薏仁三錢、水兩碗，用文火滾三十分鐘，服下見效。（高血壓者不可服）

⑵香蕉皮三枚、柑皮三個、新鮮的金針三兩、水四碗，滾十分鐘就可喝，功效神奇。

二、十一月將入冬，這時感冒比較少，偶爾感冒有良方。

藥方：紅甘蔗、紅蘿蔔、檸檬，三者各一些，混合煮滾後二十分鐘就可喝下，下肚以後百病消。

三、十二月裡天氣冷，冷風侵襲，體弱之人無力抵抗寒冷，因此容易生病，此病有良方，（藥方有二種，配合症狀，任由選用）

藥方：(1)川芎三錢、木耳三錢、水三碗，煮滾二十分鐘就可喝。此方初感冒可用，感冒兩天以後不可用。

(2)人參、川芎、甘草各三錢，混合煮滾二十分鐘就可喝，此方下肚百病消除。

註：四季藥方是秘方，各位讀者勿輕視，看到秘方要傳世，世人病痛最可憐，憐貧病患無藥費，無法送醫眞可憐，憐貧濟世華陀翁，仙翁行善濟貧苦，貧苦之人免藥費，藥費不拿濟貧苦，苦人病痛有救星，星光燦爛濟世苦，苦心學道十二年，年年學道神仙教，教她看善書、學善良，善良之心感蒼天，蒼天賜她濟世苦，苦中華陀來幫忙，助她行善醫貧人。

文字因緣濟世願，印書之家有餘慶

人人印贈我，我印贈人人，互相捐印贈，功德證天堂

病理按摩健康手冊

病理按摩簡介

俗語說：「窮不離當舖，富不離藥舖」。目前居住台灣的同胞，因政府領導有方，經濟繁榮；家家戶戶都過著富裕生活，又近年來醫學進步，醫藥種類越來越多，醫院、藥房如雨後春筍，因此人人身體一有疾病，立即打針、服藥，以為這樣就可以保持身體健康，有的一天到晚離不開醫院、藥房，長期服用藥物，結果不但沒把病治好，相反的把身體弄垮的人也不少。

西藥治病，的確有相當貢獻，但長期服用西藥，對身體不一定都有益處，很多種小病，根本不需要醫藥也能治癒的。因為造物主賜給了我們人在身體內，有各種抵抗力。有一種中國工夫，不需任何藥物

可醫治很多疾病。就是古時候中國人所用的「病理按摩」，根據中國人傳下來的病理按摩書說明：人各器官有毛病，就會反射至兩腳的腳掌和腳底。人有了病，就是各部器官有不夠健康的時候，在反射區按摩時就會疼痛，如果沒有病，身體健康者，在反射區按摩時就不會痛。因爲有一種毒素叫做「尿酸晶」，集結在反射區，若常常按摩反射區，即腳掌和腳底，每日至少一次，每次約三十分鐘至一小時，按摩後多喝開水，這樣尿酸晶會慢慢消失，同時也能增强血液循環，疾病慢慢就痊癒，體內夠健康的各部器官也會慢慢健康起來。

這種中國工夫，約在五十年前由中國傳到歐洲，在瑞士國有一位護士名叫瑪莎微，她把病理按摩的書譯成德文，在瑞士國治好不少病人。三年前我因風濕病痛，吃藥打針都未見效，有一天瑞士籍薛宏道修士給我按摩，三天之後竟告痊癒，因此引起我的興趣，我徥知薛修

士這種按摩治病工夫，是由瑞士國瑪莎微傳授給他的，我從此開始學習了，經過一年後，我親自回瑞士國找瑪莎微女士研究，收集了不少資料，來台灣後把「病理按摩書」翻譯爲國語，這三年內確實治好不少人。

中國人很不容易把祖傳秘方傳給別人，這種思想和做法實在太自私了。不附合聖經上記載耶穌基督「愛人如己」的實訓，我爲了使此工夫普遍的讓大眾獲益，因此決定公開傳授給有興趣的人。我曾在台東、新竹、嘉義、台南、潮州、台北、高雄等地，舉辦過「病理按摩講習班」，學過的人，已超六百名之多。

在我本營區教友中也訓練十幾位可以實施按摩者，此三年來爲推行工夫，這十幾位教友，實在功德無量。

對什麼疾病做何部位按摩

按摩的功用：按摩時若腳底會有疼痛現象，原因是在其反射局內有尿酸晶。按摩的作用是使尿酸晶，經過腎臟而排泄出去。所以應多喝開水以助之。再者，在腳底反射區用力按摩則能促使身體內，器官之血液循環，以達治病之效。比方說，若在中間的腳趾按摩，兩三分鐘之後，則會感覺到由中指而致整隻手發熱。

按摩之方法

1. 要作之前坐下如蓮花坐，然後腳掌用手背各打十二次後，喝一杯五〇〇cc開水再依序做。

2. 用手依圖在反射區用力按摩。有的反射區在深內部，例如腎臟，則更需用力，方能到達。

3. 祖先賜給我們萬能之雙手，就是最好的工具，不必購買任何按摩器使用。每日約用十五到卅分鐘（自行斟酌）不要間斷，視病情而論。也可由第二者輪流互相按摩在疼痛位置宜反覆多做按摩，因這正說明此處反射區有問題。

4 按摩頭部之反射區，將雙腳之大腳趾連續反覆做後，再換一腳。

5. 腳背部位，則用手按之。

——當你看完本冊時，你也會想到，助印善書的意義。

1. 神智缺失：頭的障礙，按摩頭的反射區。
2. 腫脹：按摩於發病區域及淋巴腺。
3. 症瘡、粉刺：於有關系統清潔不良。（按摩腎上腺、腎臟、輸尿管及膀胱、肝及膽，注意飲食習慣。）
4. 過敏：按摩腎上腺（產生可體松）腎臟、輸尿管及膀胱（排除毒質）、副甲狀腺（鈣的新陳代謝）。
5. 貧血：按摩脾臟，新陳代謝的器官。
6. 咽喉炎（看篇桃腺炎）：按摩喉頭、肩桃腺、整個淋巴系統。
7. 心　痛：按摩腎上腺（產生腎上腺素）腎臟、輸尿管、膀胱（排除毒素），注意飲食習慣，按摩胃的反射區使胃不再加壓力於橫膈及心臟尖端地方，心臟反射區。
8. 踝關節問題：按摩相關的腕關節。

9. 焦慮不安：按摩腎臟、輸尿管及膀胱（排除毒質）腸胃道（不再使腸胃氣脹壓迫由橫膈膜至心臟尖端）注意飲食。按摩頭部（使血供應良好）也可能在平衡感。

10. 盲腸炎：盲腸發炎，按摩盲腸，淋巴腺。

11. 食慾不振：按摩胃、腸、甲狀腺。

12. 手臂疼痛：按摩腿的相關部位、頸。

13. 動脈硬化：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺。

14. 關節炎：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺（可體松），相對的關節（反射區），注意飲食！

15. 氣喘：肺及氣管、輸尿管、膀胱（排除毒質）、副甲狀腺（鈣的代謝）、肺及氣管（血液供應），淋巴點（抗體），注意飲食。

16. 各種類型的意外：立刻按摩相關的反射區。

17. 背痛：按摩脊骨，也可以在肩帶或骨盆部位。
18. 平衡的障碍：按摩平衡器官（內耳迷路），穿較寬的鞋子。
19. 遺尿：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、防禦輻射線。
20. 膀胱的發炎：按摩腎臟、輸尿管、膀胱，特別的淋巴腺。
21. 血液中毒：按摩淋巴腺。
22. 血壓高：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腦根（頭）、內耳迷路。
23. 低血壓：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腦幹、內耳迷路。
24. 氣管炎：按摩肺、氣管、淋巴腺、副甲狀腺及腎上腺。
25. 燒傷：按摩有關器官的反射區，淋巴腺、腎臟、腎上腺、輸尿管、膀胱、副甲狀腺。
26. 呼吸道的問題：按摩師、氣管、可以在鼻子、頭（腦幹）、心臟，注意飲食，因此胃不加壓於心臟。

27. 缺鈣：按摩副甲狀腺。

28. 癌症：按摩淋巴腺、有關器官，注意一般健康狀況，注意飲食。

29. 軟骨受傷：按摩膝的反射，肘關節。

30. 白內障：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、眼睛、頭。

31. 蜂窠織炎：按摩淋巴腺、性腺（卵巢或睪丸）。

32. 血循環問題：按摩心臟、腎上腺、副甲狀腺，注意飲食。按摩腎臟、輸尿管、膀胱。

33. 尾骨痛：按摩在腳反射帶、頸（在腳上）。

34. 虛脫：立刻按摩心臟，也可以在腎上腺。

35. 便秘：按摩整個消化道、肛管、其反射帶在腓腸肌內側。

36. 髖關節炎：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腸、胃，注意飲食！按摩在腳上的髖關節、肩關節及關節本身、腰椎。

37. 咳嗽：按摩師及氣管、淋巴腺、副甲狀腺、腎上腺，穿足夠寬的鞋子。

38. 腓腸肌的抽筋：按摩副甲狀腺，可以在手臂的肌肉，防禦副射線。

39. 隱睪症：按摩睪丸及精索，腦垂體及腹部。

40. 囊腫：按摩有關的器官、淋巴腺。

41. 糖尿病：按摩胃、十二指腸、胰臟、注意飲食。

42. 腹瀉：按摩胃腸道、淋巴腺，注意飲食。

－神經性腹瀉：按摩太陽叢。

－腹瀉且嘔吐（膽汁性霍亂）按摩腸胃、淋巴腺，注意飲食。

43. 陰道溢液：按摩陰道、子宮、淋巴腺。

44. 椎間盤脫出：椎骨間的損傷，按摩腎臟、輸尿管、膀胱、脊骨、腸胃道、肝膽囊（合成代謝物）注意飲食。

45. 十二指腸潰瘍：按摩胃、十二指腸，注意飲食。
46. 耳朵痛、耳鳴：按摩耳朵、、淋巴腺、耳鳴者：按摩前庭。
47. 中耳發炎：按摩耳朵、淋巴腺、副甲狀腺。
48. 濕疹：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、按摩腎上腺、副甲狀腺。
49. 肘關節的問題：按摩在腳上膝關節及膝關節本身。
50. 甲狀腺功能過高的消瘦：按摩腦垂體（引導甲狀腺）注意飲食。
51. 消瘦：按摩甲狀腺、胃、胃腸道、肝。
52. 癲癇：注意身體狀況，按摩頭、淋巴腺。
53. 耳咽管發炎：按摩耳朵的反射帶、顳部、淋巴點、腎上腺及副甲狀腺。
54. 眼的障礙：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、眼睛。
55. 眼睛內斜視：按摩眼睛、頭的反射區。

56. 打嗝、胃酸：按摩胃、太陽叢、注意飲食。

57. 昏暈：按摩心臟、腎上腺。

58. 腳的燒熱感：由於腳的充血、按摩所有的反射點。

59. 發燒：按摩淋巴腺、扁桃腺、脾臟。

60. 手指甲脆弱：合成代謝障礙，缺鈣，按摩新陳代謝器官、副甲狀腺。

61. 瘻管：按摩瘻管部位的器官，淋巴腺、腎上腺。

62. 胃腸氣脹：胃下部（下腹部）：按摩盲腸、注意飲食。

63. 胃腸氣脹：胃上部（上腹部）：按摩盲腸、十二指腸，注意飲食。

64. 食物中毒：因起嘔吐，按摩胃、十二指腸，按摩淋巴腺。

65. 骨折：按摩有關的反射帶，使腸胃道通暢，可使營養物被利用，按摩副甲狀腺（鈣）。

66. 性冷：按摩腦垂體、卵巢、子宮。

67. 肚子發脹：注意飲食！吃東西要慢，按摩胃及十二指腸。

68. 膽囊發炎：按摩十二指腸、膽囊、肝、淋巴腺，注意飲食。

69. 眩暈：按摩耳朵之前庭，平衡器官（內耳迷路）。

70. 腺體腫脹：按摩淋巴腺，不要害怕其反應。

71. 腺性的發熱：按摩扁桃腺、淋巴腺、脾臟。

72. 青光眼：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、眼、頭。

73. 甲狀腺腫或凸眼的甲狀腺腫：按摩甲狀腺、腦垂體。

74. 痛風性關節炎：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺及有關器官，注意飲食。

75. 成長賀爾蒙障碍：按摩腦垂體、注意身體一般狀況。

76. 牙齦炎：按摩上顎及下顎。

77. 痔瘡：按摩在腳上直腸及腓腸肌、腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺。

78. 脫髮：按摩性腺（睪丸或卵巢）、腎上腺、新陳代謝器官，注意飲食。

79. 口臭：胃功能的失常，按摩胃，注意飲食。

80. 姆指外翻：按摩甲狀腺的反射帶，胸部上淋巴腺。

81. 乾草熱：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺（可體松）副甲狀腺（鈣）、鼻子、氣管、吃點峰。

82. 聽覺問題：按摩耳朵、穿寬鞋子。

83. 頭痛：為發作基本原因，按摩頭，注意飲食。

84. 心臟缺損：按摩心臟、淋巴腺、腎上腺、新陳代謝器官，注意飲食。

85. 心臟問題：注意飲食，如此腸胃氣脹不妨礙心臟的功能。

86. 經過橫膈的赫尼亞：按摩新陳代謝器官、橫膈膜，注意飲食。

87. 腹股溝赫尼亞：按摩鼠蹊，按摩淋巴腺，使胃腸道正常，然後營養。

物能被利用。

88. 髖關節痛：按摩髖關節、肩（在腳上的及肩的本身）。

89. 聲音嘶啞：按摩喉、肩桃、淋巴腺。

90. 陽萎：按摩睪丸，注意身體一般狀況。

91. 傳染病：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺、淋巴腺。

92. 流行型感冒：按摩淋巴腺、肩桃腺、脾臟、鼻子、及鼻竇。

93. 分泌黏液腸膜發炎：按摩胃腸道，注意飲食，按摩淋巴腺。

94. 大腸發炎：按摩整個大腸、淋巴腺。

95. 缺　鐵：按摩脾臟。

96. 系統各方面的發炎（脫出）：按摩淋巴腺、副甲狀腺、發炎的器官。

97. 癢（搔癢）或肛門皮膚的破裂：按摩肛管、或直腸。

98. 黃疸病：按摩十二指腸、肝、膽囊、淋巴腺、特別注意飲食。

99. 關節發炎或疼痛：按摩發炎關節反射帶、腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺、淋巴腺，注意飲食。

100. 頷骨障礙：按摩上顎、下顎、淋巴腺、顳部（三叉神經）。

101. 項部或項部疼痛：按摩頸子、頸椎、尾骨（反射點及直接的）。

102. 神經痛—神經擠痛：按摩脊骨，注意身體一般狀況：按摩副甲狀腺。

103. 神經炎：按摩顳部（三叉神經）。

104. 神經衰弱：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、新陳代謝器官、副甲狀腺、頭、防禦副射線、解決神智緊張，可按摩甲狀腺。

105. 鼻子出血或鼻子乾燥：按摩鼻子、副甲狀腺。

106. 肥胖症：按摩甲狀腺，注意飲食。

107. 水腫：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、心臟、淋巴腺。

108. 骨質疏鬆：按摩副甲狀腺，注意身體一般狀況。

109. 卵巢囊腫或發炎：按摩相關的卵巢、按摩淋巴腺、副甲狀腺、腦下垂體（朝卵巢的方向），也可以在甲狀腺（這腺體常被稱為第三卵巢）。

110. 輸卵管發炎：按摩輸卵管、或相對的一側、淋巴腺、副甲狀腺。

111. 胰臟發炎：按摩胃、十二指腸、胰臟、淋巴腺，注意飲食。

112. 巴金森病：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、頭、頸子、副甲狀腺。新陳代謝器官注意飲食。

113. 牙週病：按摩上、下顎骨，新陳代謝器官，注意飲食。

114. 咽炎：按摩上、下顎骨。

115. 肺炎：按摩肺、淋巴腺、腎上腺及副甲狀腺。

116. 男性性交能力：參照陽萎。

117. 妊娠：按摩腦垂體、卵巢、子官、乳房，注意身體一般狀況。

118. 前列腺障礙：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、前列腺。

119. 牛皮癬：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺、新陳代謝器官、淋巴腺。

120. 直腸發炎：按摩左腳的反射帶，按摩雙腿腓腸肌內側。

121. 視網膜炎：視網膜分離，按摩腎臟、輸尿管、膀胱、眼睛、淋巴腺。

122. 風濕病：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺、新陳代謝器官、注意飲食，按摩患病有關的反射區。

123. 坐骨神經痛：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、脊椎、直接按摩在腓骨及脛骨上的坐體神經（向心臟方向滑動），也可以在手臂，按摩膝關節放射帶，注意飲食。

124. Scheuermann 症狀群駝背：按摩脊骨、腎臟、輸尿管、膀胱、新陳代謝器官。

125. 脊椎前凸：按摩脊椎，注意身體一般狀況。

126. 暈船症：按摩耳之前庭（內耳迷路）。

127. 帶狀疱疹：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺，注意飲食。

128. 近視：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、眼睛。

129. 肩痛：按摩肩反射區、髖關節反射區、髖關節區（周圍器官）穿寬鞋子。

130. 額竇炎：按摩竇、淋巴腺。

131. 鼻旁竇炎：按摩竇反射帶、淋巴點、副甲狀腺。

132. 皮膚發疹－皮疹：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、副甲狀腺、新陳代謝器官，注意飲食。

133. 頭顱骨折：按摩頭、副甲狀腺。

134. 失眠症：按摩頭、晚餐較輕淡食物，注意飲食的習慣。

135. 噴嚏：按摩鼻子、氣管、淋巴腺。

136. 發鼾聲：改進咀嚼。

137. 色盲：按摩眼睛、腎上腺。

138. 脊椎受傷：按摩脊椎，注意身體一般狀況。

139. 脾臟（脅痛）：按摩脾臟。

140. 胃痛、胃潰瘍：按摩胃，注意飲食。

141. 胃陣痛：按摩胃、腸，注意飲食。

142. 瞼腺炎：按摩相關的眼睛、淋巴腺。

143. 牙齒痛：按摩上、下顎，使新陳代謝器官正常，注意飲食。

144. 味覺障礙：按摩頭、上、下顎。

145. 腱鞘炎（在肘關節的分泌滑液鞘發炎）：按摩相關的反射帶。

146. 睪丸充血：按摩睪丸區，按摩淋巴腺。

147. 喉嚨痛：按摩喉、肩桃腺、淋巴腺。

148. 栓塞：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、按摩手臂上反射點。（中風）。

149. 疲勞：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、新陳代謝器官、副甲狀腺、頭（顱部的障碍），注意飲食。

150. 腳上鎚骨：按摩趾頭、整個足背、穿足夠寬的鞋子、不穿高跟鞋、不穿木底鞋。

151. 肩桃腺炎：按摩肩桃腺、淋巴腺。

152. 瘤：按摩長瘤的器官、淋巴腺（肩桃腺及脾臟）。

153. 輸尿管發炎：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、淋巴腺。

154. 子宮發炎或出血或子宮肌瘤：按摩子宮、按摩卵巢、腦垂體、淋巴

155. 陰道陣痛搔癢：按摩陰道、子宮，可按摩淋巴腺。

156. 陰道溢液：按摩陰道、子宮、淋巴腺。

157. 靜脈曲張：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、腎上腺、脊椎。

158. 血管狹窄：按摩血管狹窄的地方、副甲狀腺、腎上腺、腎臟、輸尿管、膀胱。

159. 神經系統發育的障礙：按摩太陽叢，注意身體一般狀況。

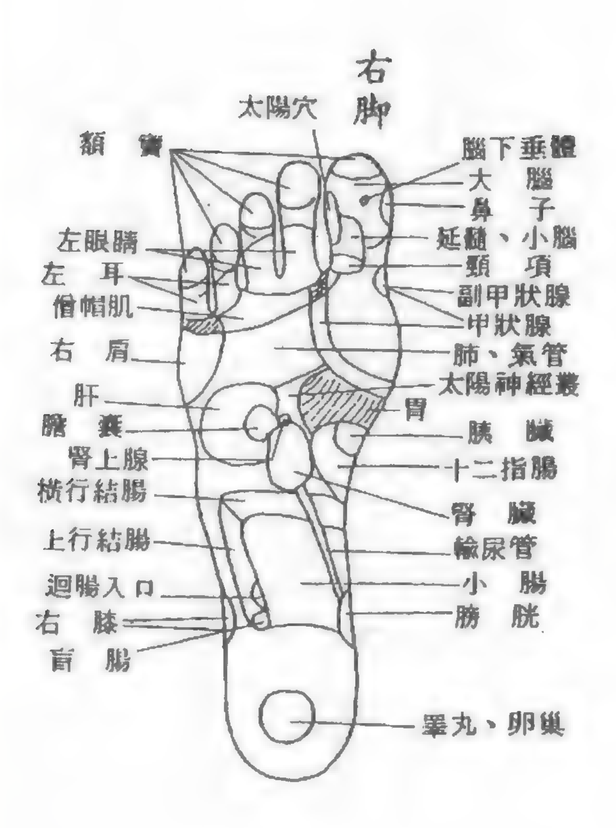
160. 腕關節：按摩踝關節。

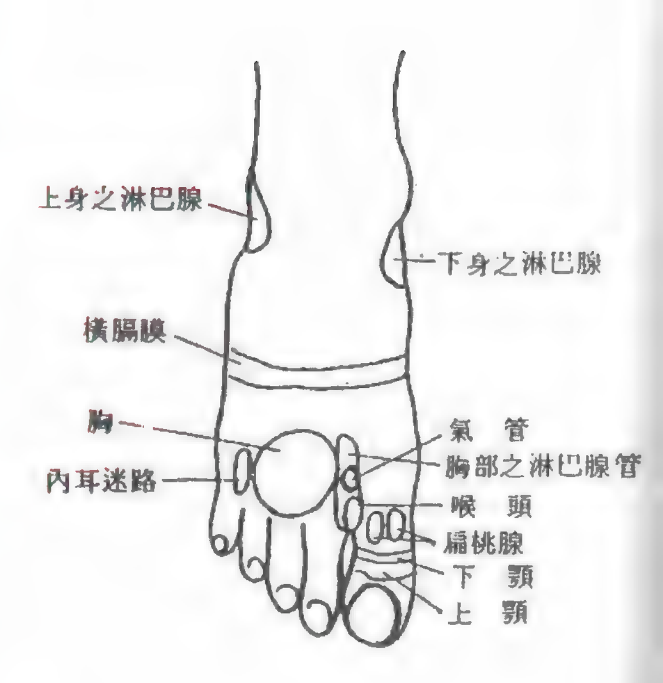
161. 急迫尿的通流：按摩腎臟、輸尿管、膀胱、也可能在子宮，如有子宮脫出現象。

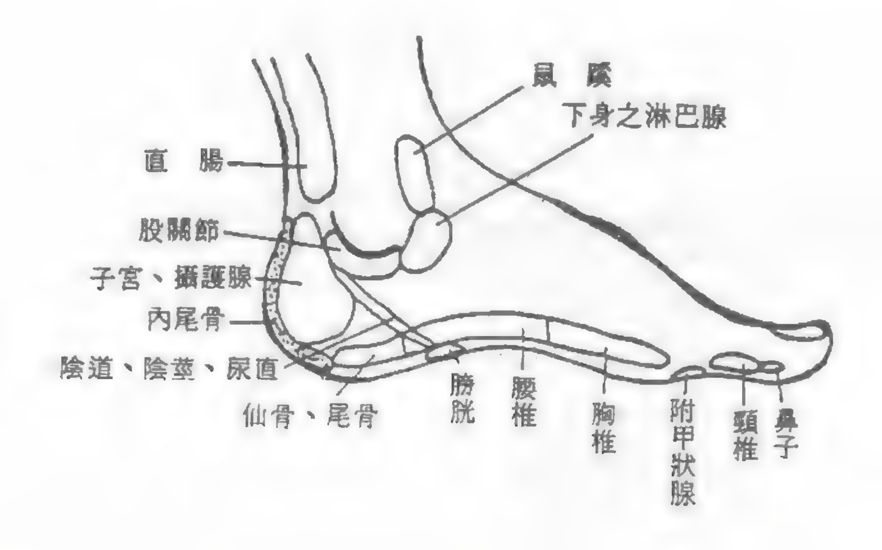
162. 膿性趾頭炎：按摩相關的趾頭、淋巴腺。

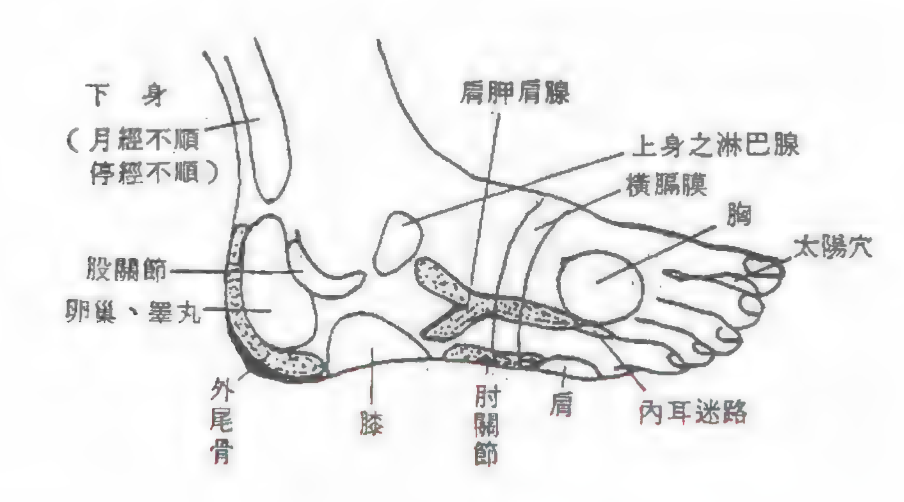
左脚

太陽穴
腦下垂體
大腦
鼻子
延髓、小腦
頸項
副甲狀腺
甲狀腺
肺、氣管
太陽神經叢
胃
胰臟
十二指腸
腎臟
輸尿管
小腸
膀胱
肛門
睪丸、卵巢
額竇
右眼睛
右耳
僧帽肌
肩
心臟
腎上腺
脾臟
橫行結腸
下行結腸
左膝
直腸


右
脚
太陽穴
額竇
腦下垂體
大腦
鼻子
左眼睛
延髓、小腦
左耳
頸項
副甲狀腺
僧帽肌
甲狀腺
右肩
肺、氣管
太陽神經叢
肝
胃
膽囊
胰臟
腎上腺
十二指腸
橫行結腸
腎臟
上行結腸
輸尿管
迴腸入口
小腸
右膝
膀胱
盲腸
睪丸、卵巢


上身之淋巴腺
下身之淋巴腺
橫膈膜
胸
內耳迷路
氣　管
胸部之淋巴腺管
喉　頭
扁桃腺
下　顎
上　顎

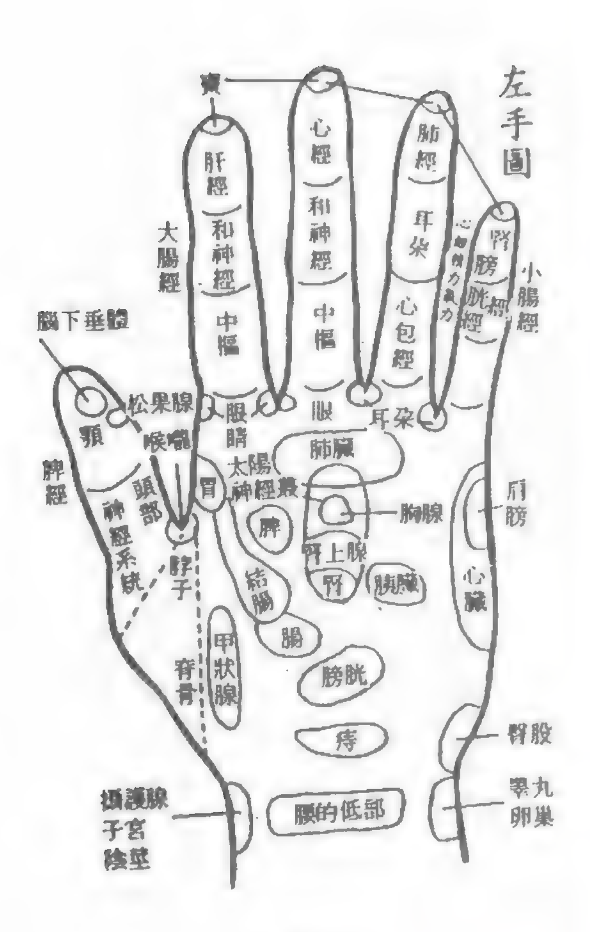

鼠蹊
下身之淋巴腺
直腸
股關節
子宮、攝護腺
內尾骨
陰道、陰莖、尿道
仙骨、尾骨
膀胱
腰椎
胸椎
附甲狀腺
頸椎
鼻子



下身
（月經不順
停經不順）
股關節
卵巢、睪丸
外尾骨
膝
肘關節
肩
內耳迷路
肩胛肩腺
上身之淋巴腺
橫膈膜
胸
太陽穴

五臟六腑與神經反射分配於左右手掌的部位圖




左手圖
肝經
和神經
中樞
心經
和神經
中樞
眼
肺經
耳朵
心包經
腎
膀胱經
小腸經
大腸經
腦下垂體
松果腺
眼睛
耳朵
頸
喉嚨
肺臟
脾經
神經系統
頭部
胃
太陽神經叢
胸腺
肩膀
脾
腎上腺
腎
胰臟
脖子
結腸
心臟
腸
甲狀腺
脊骨
膀胱
痔
臀股
攝護腺
子宮
陰莖
腹的低部
睪丸
卵巢

般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩。行深般若波羅蜜多時。照見五蘊皆空。度一切苦厄。舍利子色不異空。空不異色。色即是空。空即是色。受想行識。亦復如是。舍利子。是諸法空相不生不滅不垢不淨。不增不減。是故空中。無色。無受想行識。無眼耳鼻舌身意。無色聲香味觸法。無眼界。乃至無意識界。無無明。亦無無明盡。乃至無老死。亦無老死盡。無苦集滅道。無智亦無得。以無所得故。菩提薩埵。依般若波羅蜜多故。心無罣礙。無罣礙故。無有恐怖。遠離顛倒夢想。究竟涅槃。三世諸佛。依般若波羅蜜多故。得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多。是大神咒。是大明咒。是無上咒。是無等等咒。能除一切苦。眞實不虛。故說般若波羅蜜多咒。即說咒曰。揭諦揭諦。波羅揭諦。波羅僧揭諦。菩提薩婆訶。共二百六十八字

白衣大士神咒

南無大慈大悲救苦救難廣大靈感 觀世音菩薩（三稱三拜）

南無佛 南無法 南無僧 南無救苦救難觀世音菩薩

怛只哆 唵 伽囉伐哆 伽囉伐哆 伽訶伐哆

囉伽伐哆 囉伽伐哆 娑婆訶 天羅神 地羅神

人離難 難離身 一切災殃化為塵

南無摩訶般若波羅蜜

※每日虔誦白衣神咒，積滿一萬二千遍為一願，發願印送藥書、善書濟世，或行其它善事，必得觀音大士佛光護佑。

來匆匆去匆匆
人生宛如過路客
何必在意煩惱事
修心養性才是本

印贈轉閱請研讀
北州壽山萬嶺紫林陋室
阜東白中乙老人

回向偈

願以此功德　莊嚴佛淨土
上報四重恩　下濟三途苦
若有見聞者　悉發菩提心
盡此一報身　同生極樂國

